

УТВЕРЖДАЮ
Начальник планово-экономического отдела
"18" апреля 2024 г. Ласенко Е.А.



МЕНЮ НА 18.04.2024 (ОСН.) (СОЦ. Н/З 5-9 КЛ.)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг); микроэлементы (мг)
<u>Завтрак</u>		
30	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	Калорийность-103, Белки-8, Жиры-8
200	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК ИЗ ЦИКОРИЯ С МОЛОКОМ <small>молоко ультрапастер. для дл, сахар-песок, цикорий сухой</small>	Калорийность-140, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-21
60	ХЛЕБ ИЗ МУКИ ПШЕНИЧНОЙ В/СОРТА В НАРЕЗКЕ	Калорийность-164, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-13
150	СУФЛЕ ТВОРОЖНОЕ ЗАПЕЧЕННОЕ <small>творог 9%, молоко ультрапастер. для дл, яйцо куриное диетическое, мука пшеничная в/с, сахар-песок, масло сливочное, соль йодированная</small>	Калорийность-305, Белки-22, Жиры-14, Углеводы-19
150	ЯБЛОКИ СВЕЖИЕ	Калорийность-71, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-15
20	МОЛОКО СГУЩЕННОЕ С САХАРОМ 8,5 % жирности	Калорийность-59, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-11
Итого за Завтрак		Калорийность-841, Белки-38, Жиры-29, Углеводы-78
<u>Обед</u>		
100	САЛАТ ЗЕЛЕНЬИЙ С ОГУРЦАМИ И ПОМИДОРАМИ С РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ <small>капуста пекинская, огурцы свежие, томаты свежие, масло растительное, соль йодированная</small>	Калорийность-141, Белки-1, Жиры-14, Углеводы-2
180	КИСЕЛЬ ИЗ ЯГОД СВЕЖЕЗАМОРОЖЕННЫХ (ЧЕРНАЯ СМОРОДИНА) <small>смородина свежемороженая, крахмал картофельный, сахар-песок</small>	Калорийность-51, Углеводы-16
50	ХЛЕБ ИЗ МУКИ ПШЕНИЧНОЙ В/СОРТА В НАРЕЗКЕ	Калорийность-137, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-11
50	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ "ДАРНИЦКИЙ"	Калорийность-95, Белки-3, Углеводы-22
250	БОРЩ СИБИРСКИЙ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ <small>свекла столовая свежая, капуста белокочанная свежая, картофель свежий продовольственный, фасоль продовольственная белая, морковь столовая свежая, лук репчатый свежий, сметана с м.д.ж. 15%, масло сливочное, томат - паста, сахар-песок, петрушка (зелень), чеснок свежий, соль йодированная, лимонная кислота</small>	Калорийность-182, Белки-6, Жиры-10, Углеводы-11
120	МЯСО ТУШЕНОЕ <small>говядина задняя часть замороженная, томат - паста, морковь столовая свежая, лук репчатый свежий, масло сливочное, мука пшеничная в/с, петрушка (корень), соль йодированная</small>	Калорийность-279, Белки-19, Жиры-20, Углеводы-6
180	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ <small>крупа гречневая, масло сливочное, соль йодированная</small>	Калорийность-310, Белки-10, Жиры-10, Углеводы-44
Итого за Обед		Калорийность-1 196, Белки-41, Жиры-55, Углеводы-113
Итого за день		Калорийность-2 037, Белки-79, Жиры-83, Углеводы-192

Заведующий производством

Калошин А.В.

Медицинская сестра диетическая

Атабасова Н.Б.

УТВЕРЖДАЮ

Начальник планово-экономического отдела

Ласенко Е.А

"18" апреля 2024 г.



МЕНЮ НА 18.04.2024 (ОСН.) (_ СТУДЕНТЫ.)

Выход (г)	Наименование блюда	Эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Обед</u>		
150	САЛАТ ЗЕЛЕНЬЙ С ОГУРЦАМИ И ПОМИДОРАМИ С РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ <i>капуста пекинская, огурцы свежие, томаты свежие, масло растительное, соль йодированная</i>	Калорийность-212, Белки-1, Жиры-21, Углеводы-4
200	КИСЕЛЬ ИЗ ЯГОД СВЕЖЕЗАМОРОЖЕННЫХ (ЧЕРНАЯ СМОРОДИНА) <i>смородина свежемороженая, крахмал картофельный, сахар-песок</i>	Калорийность-57, Углеводы-18
70	ХЛЕБ ИЗ МУКИ ПШЕНИЧНОЙ В/СОРТА В НАРЕЗКЕ	Калорийность-191, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-15
70	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ "ДАРНИЦКИЙ"	Калорийность-132, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-31
300	БОРЩ СИБИРСКИЙ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ <i>свекла столовая свежая, капуста белокачанная свежая, картофель свежий продовольственный, фасоль продовольственная белая, морковь столовая свежая, лук репчатый свежий, сметана с м.д.ж. 15%, масло сливочное, томат - паста, сахар-песок, петрушка (зелень), чеснок свежий, соль йодированная, лимонная кислота</i>	Калорийность-219, Белки-8, Жиры-12, Углеводы-13
130	МЯСО ТУШЕНОЕ <i>говядина задняя часть замороженная, томат - паста, морковь столовая свежая, лук репчатый свежий, масло сливочное, мука пшеничная в/с, петрушка (корень), соль йодированная</i>	Калорийность-302, Белки-21, Жиры-21, Углеводы-7
200	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ <i>крупа гречневая, масло сливочное, соль йодированная</i>	Калорийность-345, Белки-11, Жиры-11, Углеводы-49
200	МОЛОКО ДП	Калорийность-120, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-8
140	БЛИНЧИКИ С НАТУРАЛЬНОЙ ФРУКТОВОЙ НАЧИНКОЙ (С ЯГОДАМИ) ПРОМЫШЛЕННОГО ПРОИЗВОДСТВА <i>блинчики с фруктовой начинкой, масло сливочное</i>	Калорийность-190, Белки-7, Жиры-10, Углеводы-34
Итого за Обед		Калорийность-1 769, Белки-60, Жиры-83, Углеводы-180
Итого за день		Калорийность-1 769, Белки-60, Жиры-83, Углеводы-180

Заведующий производством

Калошина А.В.

Медицинская сестра диетическая

Атабаева Н.Б.

УТВЕРЖДАЮ
Начальник планово-экономического отдела

"18" апреля 2024 г.

Лисенко Е.А.

МЕНЮ НА 18.04.2024 (ОСН.) (СОЦ Н/З 1-4 Кл.)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
Завтрак		
30	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	Калорийность-103, Белки-8, Жиры-8
200	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК ИЗ ЦИКОРИЯ С МОЛОКОМ <small>молоко ультрапастер. для дл, сахар-песок, цикорий сухой</small>	Калорийность-140, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-21
60	ХЛЕБ ИЗ МУКИ ПШЕНИЧНОЙ В/СОРТА В НАРЕЗКЕ	Калорийность-164, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-13
140	СУФЛЕ ТВОРОЖНОЕ ЗАПЕЧЕННОЕ <small>творог 9%, молоко ультрапастер. для дл, яйцо куриное диетическое, мука пшеничная в/с, сахар-песок, масло сливочное, соль йодированная</small>	Калорийность-284, Белки-20, Жиры-13, Углеводы-18
150	ЯБЛОКИ СВЕЖИЕ	Калорийность-71, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-15
20	МОЛОКО СГУЩЕННОЕ С САХАРОМ 8,5 % жирности	Калорийность-59, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-11
Итого за Завтрак		Калорийность-821, Белки-37, Жиры-28, Углеводы-77
Обед		
100	САЛАТ ЗЕЛЕНЬЙ С ОГУРЦАМИ И ПОМИДОРАМИ С РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ <small>капуста пекинская, огурцы свежие, томаты свежие, масло растительное, соль йодированная</small>	Калорийность-141, Белки-1, Жиры-14, Углеводы-2
180	КИСЕЛЬ ИЗ ЯГОД СВЕЖЕЗАМОРОЖЕННЫХ (ЧЕРНАЯ СМОРОДИНА) <small>смородина свежемороженая, крахмал картофельный, сахар-песок</small>	Калорийность-51, Углеводы-16
50	ХЛЕБ ИЗ МУКИ ПШЕНИЧНОЙ В/СОРТА В НАРЕЗКЕ	Калорийность-137, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-11
50	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ "ДАРНИЦКИЙ"	Калорийность-95, Белки-3, Углеводы-22
250	БОРЩ СИБИРСКИЙ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ <small>свекла столовая свежая, капуста белокочанная свежая, картофель свежий продовольственный, фасоль продовольственная белая, морковь столовая свежая, лук репчатый свежий, сметана с м.д.ж. 15%, масло сливочное, томат - паста, сахар-песок, петрушка (зелень), чеснок свежий, соль йодированная, лимонная кислота</small>	Калорийность-182, Белки-6, Жиры-10, Углеводы-11
100	МЯСО ТУШЕНОЕ <small>говядина задняя часть замороженная, томат - паста, морковь столовая свежая, лук репчатый свежий, масло сливочное, мука пшеничная в/с, петрушка (корень), соль йодированная</small>	Калорийность-233, Белки-16, Жиры-16, Углеводы-5
180	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ <small>крупа гречневая, масло сливочное, соль йодированная</small>	Калорийность-310, Белки-10, Жиры-10, Углеводы-44
Итого за Обед		Калорийность-1 149, Белки-38, Жиры-51, Углеводы-112
Итого за день		Калорийность-1 970, Белки-75, Жиры-79, Углеводы-189

Заведующий производством

Калошина А.В.

Медицинская сестра диетическая

Атабаева Н.Б.

УТВЕРЖДАЮ
Начальник планово-экономического отдела

"18" апреля 2024 г.

Лисенко В.А.



МЕНЮ НА 18.04.2024 (ОСН.) (НАЧ.ШКОЛА 1-4 КЛ.)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г); углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
Завтрак		
30	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	Калорийность-103, Белки-8, Жиры-8
200	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК ИЗ ЦИКОРИЯ С МОЛОКОМ <i>молоко ультрапастер. для дп, сахар-песок, цикорий сухой</i>	Калорийность-140, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-21
60	ХЛЕБ ИЗ МУКИ ПШЕНИЧНОЙ В/СОРТА В НАРЕЗКЕ	Калорийность-164, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-13
150	СУФЛЕ ТВОРОЖНОЕ ЗАПЕЧЕННОЕ <i>творог 9%, молоко ультрапастер. для дп, яйцо куриное диетическое, мука пшеничная в/с, сахар-песок, масло сливочное, соль йодированная</i>	Калорийность-305, Белки-22, Жиры-14, Углеводы-19
150	ЯБЛОКИ СВЕЖИЕ	Калорийность-71, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-15
30	МОЛОКО СГУЩЕННОЕ С САХАРОМ 8,5 % жирности	Калорийность-89, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-17
Итого за Завтрак		Калорийность-871, Белки-39, Жиры-29, Углеводы-84
Итого за день		Калорийность-871, Белки-39, Жиры-29, Углеводы-84

Заведующий производством

Калошин А.В.

Медицинская сестра диетическая

Атабаева Н.Б.

УТВЕРЖДАЮ
Начальник планово-экономического отдела

"18" апреля 2024 г.

Лисенко Е.А.

МЕНЮ НА 18.04.2024 (ОСН.) (_БОРЩИ (ТЭ))

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Завтрак</u>		
30	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	Калорийность-103, Белки-8, Жиры-8
200	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК ИЗ ЦИКОРИЯ С МОЛОКОМ <small>молоко ультрапастер. для дл, сахар-песок, цикорий сухой</small>	Калорийность-140, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-21
60	ХЛЕБ ИЗ МУКИ ПШЕНИЧНОЙ В/СОРТА В НАРЕЗКЕ	Калорийность-164, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-13
150	СУФЛЕ ТВОРОЖНОЕ ЗАПЕЧЕННОЕ <small>творог 9%, молоко ультрапастер. для дл, яйцо куриное диетическое, мука пшеничная в/с, сахар-песок, масло сливочное, соль йодированная</small>	Калорийность-305, Белки-22, Жиры-14, Углеводы-19
150	ЯБЛОКИ СВЕЖИЕ	Калорийность-71, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-15
20	МОЛОКО СГУЩЕННОЕ С САХАРОМ 8,5 % жирности	Калорийность-59, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-11
Итого за Завтрак		Калорийность-841, Белки-38, Жиры-29, Углеводы-78
<u>Обед</u>		
150	САЛАТ ЗЕЛЕНЬЙ С ОГУРЦАМИ И ПОМИДОРАМИ С РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ <small>капуста пекинская, огурцы свежие, томаты свежие, масло растительное, соль йодированная</small>	Калорийность-212, Белки-1, Жиры-21, Углеводы-4
200	КИСЕЛЬ ИЗ ЯГОД СВЕЖЕЗАМОРОЖЕННЫХ (ЧЕРНАЯ СМОРОДИНА) <small>смородина свежемороженая, крахмал картофельный, сахар-песок</small>	Калорийность-57, Углеводы-18
70	ХЛЕБ ИЗ МУКИ ПШЕНИЧНОЙ В/СОРТА В НАРЕЗКЕ	Калорийность-191, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-15
70	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ "ДАРНИЦКИЙ"	Калорийность-132, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-31
300	БОРЩ СИБИРСКИЙ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ <small>свекла столовая свежая, капуста белокачанная свежая, картофель свежий продовольственный, фасоль продовольственная белая, морковь столовая свежая, лук репчатый свежий, сметана с м.д.ж. 15%, масло сливочное, томат - паста, сахар-песок, петрушка (зелень), чеснок свежий, соль йодированная, лимонная кислота</small>	Калорийность-219, Белки-8, Жиры-12, Углеводы-13
120	МЯСО ТУШЕНОЕ <small>говядина задняя часть замороженная, томат - паста, морковь столовая свежая, лук репчатый свежий, масло сливочное, мука пшеничная в/с, петрушка (корень), соль йодированная</small>	Калорийность-279, Белки-19, Жиры-20, Углеводы-6
200	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ <small>крупа гречневая, масло сливочное, соль йодированная</small>	Калорийность-345, Белки-11, Жиры-11, Углеводы-49
200	МОЛОКО ДП	Калорийность-120, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-8
140	БЛИНЧИКИ С НАТУРАЛЬНОЙ ФРУКТОВОЙ НАЧИНКОЙ (С ЯГОДАМИ) ПРОМЫШЛЕННОГО ПРОИЗВОДСТВА <small>блинчики с фруктовой начинкой, масло сливочное</small>	Калорийность-190, Белки-7, Жиры-10, Углеводы-34
Итого за Обед		Калорийность-1 745, Белки-59, Жиры-81, Углеводы-179
Итого за день		Калорийность-2 587, Белки-97, Жиры-110, Углеводы-257

Заведующий
производством

Калошин А.В.

Медицинская
сестра
диетическая

Атабаева Н.Б.